

Принята
на педагогическом совете
МКУ ДО «ДЮСШ» п. Цементный
протокол № 3/1
«15» сентября 2017 год



«Утверждаю»
Директор
МКУ ДО «ДЮСШ» п. Цементный
Обожин П.С.
«15» сентября 2017 год
Приказ № 399 от 15.09.17

Авторы программы:

Белоусова Елена Александровна – инструктор-методист первой квалификационной категории;

Минликаев Юрий Иванович – тренер-преподаватель первой квалификационной категории

Рецензенты:

Макамединов Альфис Михайлович – тренер-преподаватель первой квалификационной категории МБОУ ДОД ДЮСШ г.Невьянска, заслуженный мастер спорта Российской Федерации по лыжным гонкам, серебрянный призер паралимпийских игр в Турине 2006 года.

Программа предназначена для организации работы по дополнительной предпрофессиональной программе по лыжным гонкам в МКУ ДО «ДЮСШ» п.Цементный.

Структура дополнительной предпрофессиональной программы по избранному виду спорта «лыжные гонки» составлена подробно и последовательно, в ней присутствуют все необходимые предметные области, которые предусмотрены Федеральными государственными требованиями к минимуму содержания, структуре и условиям реализации дополнительной предпрофессиональной программы по лыжным гонкам.

Основной направленностью программы является повышение функциональных возможностей организма обучающегося; совершенствование специальных физических качеств, технико-тактической и психологической подготовленности, совершенствование навыков в условиях соревновательной деятельности: поддержание высокого уровня спортивной мотивации, сохранение здоровья.

В пояснительной записке дана характеристика избранного вида спорта, изложена структура системы многолетней подготовки, цели и задачи каждого этапа обучения, сроки реализации программы.

Учебный план программы отражает последовательность изучения предметных областей в избранном виде спорта, что придает программному содержанию системность и целостность.

В разделе «Теория и методика физической культуры и спорта» приведен рекомендуемый перечень тематических разделов и объемы программного материала на каждый год обучения.

Раздел «избранный вид спорта» включает в себя методические рекомендации по совершенствованию технико-тактических качеств обучающихся каждого этапа обучения, особенности психологической подготовки спортсменов, приведен перспективный план по спортивным результатам.

Программа имеет практическую значимость, соответствует современным требованиям к предпрофессиональным общеобразовательным программам по лыжным гонкам и может быть использована для работы в МКУ ДО «ДЮСШ» п. Цементный.

Рецензенты:

Макамединов А.М.